

KOUVOLAN KAUPUNKI
Liikuntapalvelut

HIHTOLOMAVIIKKO



KAIKKI MUKAAN

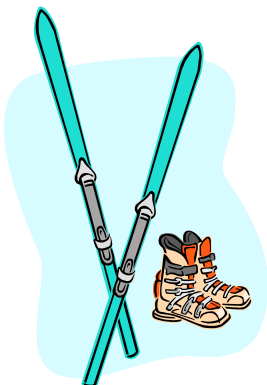
HIHTOLOMAVIIKOLLA

27.2.-4.3.2012!

Liikuntapalveluiden hiihtolomaviikon ohjelma

Uimahallien aukioloajat

Yleisöluistelut



KOUVOLAN KESKUSTAN ALUE

MA	Jäädisco	klo 14.00–16.00	Kouvolan jäähalli
	<ul style="list-style-type: none">• koko perheen tapahtuma. Kypärän käyttö pakollinen.• hinta 3€/hlö• kioskia pitää Kouvolan Taitoluistelu ry• musiikista vastaa DJ GEGE		
TI	Kynttiläuinti	klo 6.00–8.00	Urheilupuiston uimahalli
TI	Rentouttava vesiliikunta	klo 7.00–7.30	Urheilupuiston uimahalli
TI	RentoutusVenyttely	klo 12.15–13.00	Lehdokki
TI-KE	Sählyturnaus		Lyseon lukion liikuntasali
	<ul style="list-style-type: none">• sarjat: 3-4lk, 5-6lk, 7-9lk, 16-18v. ja 18-20v• sarjat myös tytöille jos joukkueita tulee tarpeeksi• joukkueita otetaan 6 /sarja• osallistumismaksu 10e/joukkue• ILMOITTAUTUMINEN 14.2.2012 mennessä: nuoriso(at)kouvola.fi• ilmoita joukkueen nimi, sarja, yhteyshenkilön nimi ja yhteystiedot• palkintoina lahjakortteja• tapahtuman järjestävät nuorisopalvelut, liikuntapalvelut ja Sudet r.y.		



TI-TO



Tule laskemaan Mielakkaan!

MIELAKKA

- hiihtolomalla Mielakan Wernerin hiihtokouluja. Koulut alkavat tiistaina ja kestävät 3 päivää. Tarkemmat tiedot www.mielakka.com. Ilmoittautumiset vuokraamoon puh 05 375 2553. Hinta 85 euroa/lapsi
- **torstaina** liikuntapalvelut mukana esittelemässä toimintaansa klo 11.00–13.00. Mukana sauvakävelyopastusta, lumikenkäilyä, kisoja ja muuta mukavaa.

KE

TuoliZUMBA

klo 10.00–10.45

Kouvola-talon peilisali

- Kaikki mukaan, liikuntarajoitteista riippumatta

KE

Pulkaan ja Pihalle

klo 13.00–15.00

Haanojan Haalin piha-alue

- koko perheen ulkoilutapahtuma
- Kouvolan Ladun kioskista pikkupurtavaa
- MUUMIEN HIIHTOKOULU
- pulkkarieha, mononheittokilpailu, leikkejä, lumikenkäkävelyä, kahvakuulaa ym

KE

Kynttiläuinti

klo 16.00–20.30

Haanojan Haalin uimahalli

KUUSANKOSKI

MA	Seikkailurata 1-6lk	klo 10.30–11.30	Kuusankosken urheilutalo
MA	LATTARI	klo 10.30–11.15	Kuusankosken urheilutalo
MA	RentoutusVenyttely	klo 11.30–12.15	Kuusankosken urheilutalo
TI	Kynttiläuinti	klo 6.00–8.00	Kuusankosken uimahalli
TI	Rentouttava vesiliikunta	klo 7.00–7.30	Kuusankosken uimahalli

INKEROINEN

TI	Kynttiläuinti	klo 6.00–8.00	Inkeröisten uimahalli
TI	Rentouttava vesiliikunta	klo 7.00–7.30	Inkeröisten uimahalli
TI	Vesidisco 1-6lk	klo 18.30–20.30	Inkeröisten uimahalli
	<ul style="list-style-type: none">• uimataitoisille 1-6lk. Hinta 4€/hlö.• menoa vauhdittaa DJ GEGE• musiikkia ja leikkimielisiä kisailuja. Kioskia pitää Inkeröisten Liikuntaseura ry		

JAALA

MA	Kuntojumppa	klo 9.30–10.15	Jaalan palloiluhalli
MA	PihaBileet	klo 10.00–12.00	Liikasenmäki

- koko perheen iloinen pihatapahtuma
- pulkkarieha, mononheittokilpailu, leikkejä, lumikenkäkävelyä ym
- hiihtomahdollisuus
- Jaalan Jaloiset ry:n kioskista mehua, pullaa ja kahvia



ELIMÄKI

TI	LATTARI	klo 10.30–11.30	Kartanokoulun liikuntasali
TI	PihaBileet	klo 12.00–13.30	Kartanokoulun piha-alue

- koko perheen iloinen pihatapahtuma
- pulkkarieha, mononheittokilpailu, leikkejä, lumikenkäkävelyä, kahvakuulaa ym

KORIA

TO	Meriseikkailu	klo 10-15	Korian uimahalli
-----------	----------------------	------------------	-------------------------

- koko perheen meriseikkailu, lämpimämpi vesi
- ohjelmassa seikkailurata, leikitystä tasatunnein ja mahdollisuus kahvilapalveluihin
- ota mukaan oma puhdas vesilelu
- toiminnan järjestää Korian Puustelli ry

VALKEALA

MA	Kynttiläuinti	klo 6.00–8.00	Valkealatalon uimahalli
MA	Rentouttava vesiliikunta	klo 7.00–7.30	Valkealatalon uimahalli
TI	Kiipeilyä	klo 11.00–13.00	Valkealatalon liikuntasali

- kiipeilyssä mukana Kouvolan kiipeilykerho KIILA
- suunnattu 1-6lk.

TI	Pulkaan ja Pihalle	klo 13.00–15.00	Harjunmäen laavu
-----------	---------------------------	------------------------	-------------------------

- koko perheen ulkoilutapahtuma
- omat eväät mukaan. Makkaranpaistomahdollisuus!

LA	Terveyttä talviuinnista elämyksiä avannosta-tapahtuma	klo 14.00–17.00	Valkealatalon rantasauna
-----------	--	------------------------	---------------------------------

- tule kokeilemaan! Opastusta ja teoriatietoutta avantouinnista
- tarjolla makkaraa ja mehua saunomisen ja uinnin lomassa
- itse tapahtuma kestää klo 14.00–17.00, mutta rantasauna on avoinna klo 19.00 asti.



Toiminta on maksutonta, lukuun ottamatta sählyturnausta, vesi- ja jäädiscoja sekä uimahallimaksuja.

TOIMINNAN JÄRJESTÄÄ KOUVOLAN LIIKUNTAPALVELUT

Lisätietoja ☎ 02061 58644 ☎ 02061 58436

KOUVOLAN UIMAHALLIEN AUKIOLOAJAT HIIHTOLOMALLA 27.2–4.3.2012

HAANOJAN HAALI

maanantai-perjantai 13.30–21.00
lauantai-sunnuntai suljettu

INKEROISTEN UIMAHALLI

maanantai ja perjantai 13.00–21.00
tiistai-torstai 6.00–21.00
lauantai 11.00–16.00
sunnuntai 10.00–16.00

HUOM! Tiistaina 28.2.2012 uimahalli suljettu muilta käyttäjiltä lasten vesidiscoon takia klo 18.30–21.00.

URHEILUPUISTON UIMAHALLI

maanantai 10.00–18.00
tiistai, torstai ja perjantai 6.00–21.00
keskiviikko 13.00–21.00
lauantai 10.00–18.00
sunnuntai 11.00–18.00

KUUSANKOSKEN UIMAHALLI

maanantai-torstai 6.00–21.00
perjantai 10.00–21.00 *Lastenallas suljettu perjantaisin klo 18.00–21.00 naperouintien takia.*
lauantai 10.00–18.00
sunnuntai 11.00–18.00

VALKEALATALON UIMAHALLI

maanantai, keskiviikko ja perjantai 6.00–21.00
tiistai ja torstai 13.00–21.00
lauantai ja sunnuntai 12.00–20.00

Rantasauna avoinna:
ma, ke, pe 13.00–20.30
ti, to 15.00–20.30
la, su 14.00–19.00

YLEISÖLUISTELUT HIIHTOLOMALLA 27.2–4.3.2012

KOUVOLAN JÄÄHALLI, MAILATTOMAT VUOROT

ma, ti, ke, pe	11.15–12.15
to	9.45–10.45
su	11.00–11.45

KUUSANKOSKEN JÄÄHALLI

ma-pe, mailaton	9.30–10.30
ma-pe, mailallinen	10.45–12.00
la mailaton	9.00– 9.45
la mailallinen	10.00–10.45

VALKEALAN JÄÄHALLI

ma-pe, mailaton	9.30–10.45
ke "	15.00–15.45
ma-pe, mailallinen	11.00–12.30
ti "	15.00–15.45

INKEROISTEN JÄÄHALLI

ma- pe, mailallinen	10.00–11.30 ja 13.00–14.30
ma-pe, mailaton	11.30–13.00 ja 14.30–15.15